

Année 2010-2011



Phrases des cours

Les auteurs marqués par (*) trouvent une petite explication en fin du fichier, dans la partie :
« **Notes sur les auteurs des Phrases** »

« Se donner le temps d'aller au bout de chaque instant, de vivre à cœur la perception. »

Swami Vivekananda (*)

« Même le silence le plus court est à la fois une manière de pénétrer le présent et de poursuivre son chemin. >>

Jon Kabat-Zinn

<< L'attention permanente est le premier art auquel il faut s'exercer. >>

Graf Dürkeim (*)

<< La spiritualité est une force dynamique qui tend vers un but unique : la réalisation de soi à travers toutes sortes d'activité. >>

Shri Mahesh (*) (l'inde notre héritage)

<< Tant qu'un être n'a pas le bien, il veut autre chose, dès qu'il l'a il se veut lui-même.>>

<< Tendre au bien c'est tendre à soi-même.>>

Plotin (*) (Ennéades)

<< Il faut apprendre à se réjouir davantage. Cette richesse est l'essence de la générosité. C'est la sensation de pouvoir se débrouiller sans sombrer dans le misérabilisme. >>

Chögyam Trungpa (*)

<< Le silence, c'est la direction. >>

Henri le Saux (*) (la montée au fond du coeur)

<< Une respiration juste est la condition d'une vie juste >>

K G Durckheim (L'homme et sa double origine)

<<Où que vous soyez, c'est là que commence votre chemin >>

Ma Anandamoyi

<<La connaissance commence par la reconnaissance de ce qui vient entrâver la connaissance >>

Alyette Degrâces le 28 novembre 2010

<<La meilleure école, c'est la vie
Le meilleur Maître c'est l'expérience,
Le meilleur livre, c'est la nature
Le meilleur temple, c'est le cœur
Le meilleur ami c'est la vérité >>.

YS PATANJALI

<<La nature n'a pas prévu de chemin, mais c'est en observant la nature que nous
pouvons décider et dessiner un chemin >>

XXXXXX

Année 2009-2010



« Mieux que ses paroles, les actions d'un homme sont le miroir de sa personnalité »
Bks Iyengar (*)

« Où que vous soyez, c'est là qu'il faut commencer le voyage »
. Mâ Ananda Moyi (*)

« Pareil au pétale de rose qu'emporte la brise, le corps dans la posture s'élève avec
le souffle et revient en effleurant le sol »
Mahesh (Shri) (*)

« Le soleil ne se lève que pour celui qui va à sa rencontre»
Henri le SAUX

« L'idéal est le mensonge de ceux qui ont peur de la vérité»
SW. Prajnanpad

Selon les « Yogasutra » de Patanjali

<< Le yoga est le contrôle des modifications et des modes d'être de l'esprit.
Le yoga est une formidable méthode de vie, il permet d'actualiser sa conscience>>

Patanjali (*) 1.2 du livre 1
08/09/2008

<< La posture doit être stable et agréable. La posture est parfaite quand il n'y a plus le mouvement dans le corps. >>

Patanjali (*) II 46
17/11/2008

<< Le yogi doit ne plus être affecté par la dualité, partez du corps si vous voulez atteindre l'esprit. >>

Patanjali (*) II 48
17/11/2008

<< Quand les pensées perturbent ses attitudes, il faut laisser se manifester le contraire. >>

Patanjali (*)
01/12/2008

<< Le yoga est la faculté d'orienter et de focaliser l'activité mentale. >>

Patanjali (*) I 12
26/01/2009

en sanscrit = yogah citta – vortti – niroddah

Année 2008-2009



<< Dans la vie rien n'est à craindre, tout est à comprendre. >>

Marie Curie (*)
08/09/2008

<< Vivre plus simplement pour que d'autres puissent vivre tout simplement. >>

<< Nous devons être le changement que nous voulons pour le monde. >>

Gandhi (*)
15/09/2008

<< Si vous voulez inspirer le monde extérieur, aspirez secrètement dans le monde intérieur. >>

Swami Chinmoy Kumar

29/09/2008

<< Chaque homme est un résumé du monde, lorsqu'on touche un point du tout, tous les points de la même catégorie seront touchés à travers le monde. >>

Sri Aurobindo (*)

03/11/2008

<< Il n'est pas nécessaire de penser JE pour être, le JE doit se comprendre par lui-même, soyez la conscience. >>

Swami Suddhananda

17/11/2008

<< Il existe un langage qui ne parle pas au nom d'un moi, mais au nom d'une vie... comme si le présent était une allégorie de son être intérieur. >>

Marie-Madeleine Davy (*)

24/11/2008

<< L'erreur, c'est l'oubli de la vérité contraire. >>

Pascal (*)

01/12/2008

<< Remplissez chacun la coupe de l'autre mais ne buvez pas à la même coupe.
Donnez-vous du pain l'un à l'autre mais ne mangez pas le même morceau.
Chantez et dansez ensemble et soyez joyeux mais sachez demeurer seuls,
Pareils aux cordes du luth qui sont seules mais savent vibrer ensemble en musique.
Donnez vos cœurs mais sans que l'un et l'autre le garde.
Car seule la main de la Vie peut comprendre vos cœurs.
Et restez ensemble mais pas trop près l'un de l'autre:
Car les colonnes du temple se dressent à distance,
Et le chêne et le cyprès ne poussent pas à l'ombre l'un de l'autre. >>

Khalil Gibran (*)

08/12/2008

<< Méditer c'est comprendre ce qu'est le savoir, soyez votre propre lumière. >>

Jiddu Krishnamurty (*)

(dans "la porte ouverte")

15/12/2008

<< Si la matière est puissante, la pensée est toute puissante. >>

Swami Vivekananda (*)

05/01/2009

<< La connaissance de soi est le commencement de la méditation. Lorsque la surface de l'esprit est calme et silencieux, les zones secrètes de la connaissance se projettent. >>

Jiddu Krishnamurty (*)

(dans "a propos de Dieu")

12/01/2009

<< Le but de la pratique du yoga est d'éliminer les fluctuations qui agitent constamment l'esprit. >>

Swami Muktananda

26/01/2009

<< Comme le vent rassemble les nuages puis les disperse, l'esprit crée les attaches puis les rompt. >>

Shankaracharya (*)

02/02/2009

<< Que la force me soit donnée de supporter ce qui ne peut être changé et le courage de changer ce qui peut l'être mais aussi la sagesse de distinguer l'un et l'autre. >>

Marc Aurèle (*)

16/02/2009

<< L'être humain se transforme par sa propre nature mais le côté "mono-dimensionnel" entrave la transformation. >>

Alyette Degraçes (*)

23/02/2009

<< Le but premier du pranayama n'est pas la maîtrise de la respiration mais celle de l'activité mentale. La pratique de pranayama conduit à la faculté de concentration. >>
L'énergie va où la pensée va.

Shri Mahesh

02/03/2009

<< En méditation, l'esprit est éveillé mais ne produit pas de pensée. >>

<< De la dualité naît le dualisme. >>

Swamini Umananda

16/03/2009

<< Ne pas se fier seulement au cours visible des choses car il y a aussi un cours invisible des choses. >>

Marc Ballanfat

16/03/2009

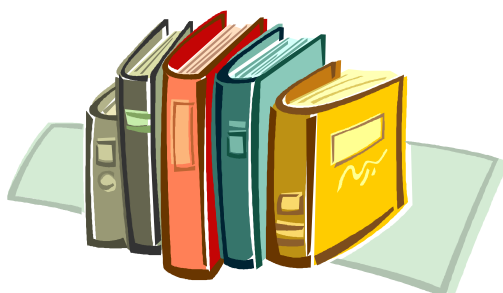
<< Un passé qui n'est pas apaisé est un passé que l'on prolonge dans la présent. >>

<< Nous fonctionnons en discontinuité pour approcher la continuité. >>

Alyette Degraces (*)

16/03/2009

Année 2007-2008



« On ne grandit pas en regardant ses pieds, l'arbre grandit en s'ouvrant vers la lumière »

Bernard UGEUX

« Lorsque les « asana » deviennent plus subtiles, ils deviennent automatiquement plus méditatifs puisque l'intelligence pénètre au cœur de l'être ».

B.K.S. Iyengar (*)

13/11/2006

« Pour retrouver l'âme universelle sous les couleurs changeantes de la réalité, il faut se débarrasser de son ego (+). L'homme personnel est fermé au monde ».

Rabindramath Tagore (*)

20/11/2006

(+) Ego : est un substantif tiré du pronom personnel latin « *ego* » qui signifie *moi*. Il désigne généralement la représentation et la conscience que l'on a de soi-même. Il est tantôt considéré comme le fondement de la personnalité (notamment en psychologie), tantôt considéré comme une entrave à notre développement personnel (notamment en spiritualité).

Conscience du geste

« La posture doit être exécutée avec l'attention et non la tension »

Patanjali (*)

27/11/2006

« Peut-être l'aventure humaine ne se maintient-elle qu'au prix d'une métamorphose »

André Malraux (*)

04/12/2006

« Lorsque nous nous exerçons à rester assis tranquillement et à suivre notre souffle à mesure qu'il sort et qu'il se dissout, nous établissons un contact avec notre cœur. En nous laissant tout simplement être tel que nous sommes, nous commençons à éprouver une réelle sympathie envers nous-même ».

Chögyam Trungpa (*)

12/12/2006

« Assumons la responsabilité de notre vie et portons un regard neuf sur les choses en développant le calme mental et la force du cœur. Notre cœur peut devenir fort à l'endroit de la césure ».

Jack Kornfield (*)

- Périls et promesses de la vie spirituelle -
Editions de La Table Ronde

« L'Amitié nous fait partager de grands moments de bonheur mais aussi d'immenses peines. L'important est de partager, de s'écouter, de se souvenir ».

L'Abbé Pierre (*)

04/01/2007

« Désormais je me permets d'être ce que je suis !
Je m'en donne donc la permission.
Ainsi l'instant arrivera où nous nous surprendrons à être en état de vigilance ».

V.-R. Dhiravamsa

- L'Attention, source de plénitude -
Editions Dangles
08/01/0227

« L'Amour n'est pas seulement un sentiment, il est un art aussi ».

H. de Balzac (*)

- dans le magazine : Prima de 02/2007 –

« Si vous voulez trouver Dieu, servez l'homme »

Swami Vivekananda (*)

15/01/2007

« La Vérité est chose si grande que nous ne devons dédaigner aucune entremise qui nous y conduise. »

Montaigne (*)

15/01/2007

« La vie c'est un peu de temps donné à la vérité pour, si tu le veux, apprendre à aimer »

L'Abbé Pierre (*)

22/01/2007

« Ce n'est qu'au prix d'un entraînement constant que notre pratique se stabilisera et que nous pourrons tenir tête à nos tendances négatives avec intrépidité »

Khyensté Rimpoche

05/02/2007

« Pas de moi, pas de problème »

Dicton Bouddhiste

05/02/2007

« Quand on va au bout du corps, c'est l'esprit
quand on va au bout de l'esprit, c'est le corps »

Swami Sivananda (*)

22/02/2007

« Les hanches sont les portes de l'âme »

Annick de Souzenelle

26/02/2007

« L'Essentiel demeure cette pratique qui s'opère instant après instant dans notre existence quotidienne »

Arnaud Desjardins (*)

05/03/2007

« La liberté est la loi de l'être dans son unité illimitable »

Shri Aurobindo (*)

12/03/2007

« La solitude et le silence sont un état d'esprit et non un retrait physique de la société »

Shri Mahesh (*)

19/03/2007

« Quand les impuretés du mental sont détruites, par la pratique du yoga, la lumière de la connaissance donne à l'esprit la discrimination »

Patanjali

26/03/2007

« Dans cette prison de la création, il y a des prisonniers de leurs pensées et d'autres, comme les gardiens d'une prison, qui peuvent sortir et rentrer dans leur prison librement »

Swami Suddhananda (*)

16/04/2007

« Tu n'iras pas au ciel si tu n'es pas toi-même un ciel vivant »

Angelus Silesius (*)

16/04/2007

« La posture est un moyen pour aller au-delà »

Shri Mahesh

23/04/2007

« Le premier obstacle dans la méditation ce ne sont pas les pensées mais le « JE » ; soyez familiers avec vos pensées. »

Swami Suddhananda

30/04/2007

« Chacun est le maître de son destin, c'est à nous de créer les causes du bonheur ; il en va de notre responsabilité et de celle de personne d'autre »

le XIV^{eme} Dalaï Lama (*)

07/05/2007

Le Yogin, ne l'oublions jamais, ne prétend pas s'évader du Réel, esquiver les responsabilités qui contribuent à l'état du profane, mais développer en lui-même la plus haute acuité, saisir l'éphémère où l'homme normal vit la certitude d'une continuité.

Le puissant détachement intérieur acquis par le Yogin n'est à aucun moment le fruit d'une complaisance fantasmique, mais au contraire celui d'une pénétrante lucidité.

« Comme le miroir, le cœur du sage doit tout refléter, sans qu'une seule erreur vienne le ternir. »

Confucius (*)

« Le voulu révèle très vite ses limites, il faut laisser agir le non agir. »

Shri Mahesh « Le Souffle Parole de Vie »

Page 73

21/05/2007

« La méditation sur le temps est la tâche préliminaire à toute métaphysique »

31/05/2007

« Les plus sages d'entre-nous découvrent tôt ou tard que le bonheur relève exclusivement de notre nature intérieure »

Ramana MAHARSHI (*)

04/06/2007

« Si l'on veut que la nouveauté paraisse, il faut que le passé, en tant que pensée, s'efface »

Krishnamurty (*)

18/06/2007

« Au fur et à mesure de son évolution, l'homme s'identifiera à son corps, ses énergies, ses pensées et son ego et finalement à l'essence de son être »

« Ce que cherche l'homme supérieur est en lui,
ce que cherche l'homme inférieur est dans les autres »

Swami Vidyatmananda (*)

25/06/2007

< Les yeux sont petits mais le monde est grand, le yoga permet d'agrandir les yeux.
>

< Les corps s'en vont mais l'enseignement reste. >

Shri Mahesh (*)

17/09/2007

< Pour être libérateur, il faut être libre soi-même >

Père Joseph Blanc

Villematier le 24/09/2007

< Avant de gérer ses pensées, il faut connaître le penseur.>

Swami Suddhananda (*)

24/09/2007

< Le temps est l'astuce qui permet à la nature, que tout n'ait pas lieu d'un seul coup

J.A.Wheeler (*)

01/10/2007

< L'Univers donne naissance à la conscience et la conscience donne un sens à l'univers >

J.A.Wheeler (*)

01/10/2007

< La distance de l'homme et l'étoile est abolie mais il reste encore à abolir la distance entre l'homme et lui-même >

Michel Casse (*)

01/10/2007

< Le changement est bon pour tout le monde mais le monde en a peur, le changement est inévitable, la rivière doit couler >
Le mental doit être frais comme la fleur du matin.

Swami Siddeshwar

08/10/2007

< Le yoga en tant que moyen est la spiritualisation de toutes nos activités. >

Swami Siddeshwar

15/10/2007

< Les talents qui nous sont donnés par la nature sont comme des plantes, il faut les tailler par l'étude. >

Francis Bacon (*)

21/10/2007

< Tout est un. >

Dhravamsa

29/10/2007

< La synchronicité, c'est quand ton monde intérieur et le monde extérieur rentrent en résonance >

Jung Carl Gustav (*)

29/10/2007

< La verticalité redonne confiance en soi et dans les autres. >

Frans Veldman (*)

05/11/2007

<< Vivre est notre constat aujourd'hui,

Exister est notre projet de demain. >>

12/11/2007

<< La vérité ne se donne pas car elle n'appartient à personne.
On est le possesseur de ce qu'on fait ou de ce qu'on a reçu
Mais la vérité déborde toute possession. >>

Enseignement des UPANISHAD (*)

19/11/2007

<< Le yoga de la connaissance nous amène le calme à l'intérieur et le dynamisme à l'extérieur. >>

Swami Siddeshwar

26/11/2007

<< Qui n'est pas solitaire ne peut être silencieux,
Qui ne fait pas le silence ne peut entendre celui qui parle. >>

Bruno le Chartreux (*)

03/12/2007

<< La réponse est en moi, car c'est moi qui donne une valeur aux choses. >>

Swami Siddeshwar

10/12/2007

<< Les étoiles se mettent à briller dans le ciel lorsque l'obscurité de la nuit éteint les lumières de la terre,
il faut de même que rentre dans l'ombre le multiple de la conscience d'objet pour que se lève la vacuité lumineuse qui ouvre la conscience qui repose en soi. >>

Karlfried Graf Durckheim (*) dans – le Son du Silence -

17/12/2007

<< L'héritage qui t'est venu, il te faut l'acquérir pour mieux le posséder. >>

Goethe (*)

07/01/2008

« Pouvoir contempler chaque jour le soleil se lever ou se coucher afin de nous relier à un phénomène universel, voilà qui préserverait notre santé pour toujours. >>

Henry David Thoreau (*)

21/01/2008

<< La ou le son du silence se fait entendre est la méditation au-delà de l'objet. >>

K.G. Dürckheim (*)

28/01/2008

<< La goutte dans la mer peut parfois savoir qu'elle est dans la mer mais elle sait rarement que la mer est aussi en elle. >>

Ma Ananda Moyi (*)

28/01/2008

« Comme la nature a coutume de dessiner dans ce qui est imparfait une ébauche de la perfection, c'est par gradation que nous atteignons la lumière >>.

Marcelle Malpiski

04/02/2008

« C'est donc en méditant sur « Cela » qui fait battre le cœur plus que sur le lambeau de chair appelé cœur que le yogi prend conscience de son Moi profond >>.

André Van Lysebeth

04/02/2008

<< Le mot yoga signifie lui-même méditation.
La méditation est finalement la perception de soi-même >>.

Désikachar

11/02/2008

<< Entrer dans la méditation n'est pas se retirer du quotidien mais y plonger totalement avec une lucidité toujours plus grande sur sa propre personnalité >>.

11/02/2008

<< Pendant ces moments où le temps s'étire, l'esprit écarte le corps >>.

Dr Frédéric Rosenfeld (*)

25/02/2008

<< La méditation ne doit pas être une cataracte qui opacifie le regard mais bien au contraire, cela aiguise un regard informel >>.

Amina Okada (*)

03/03/2008

<< La méditation aiguise la pénétrante finesse de la conscience observante >>.

Dr Frédéric Rosenfeld (*)

10/03/2008

<< La pensée est un germe dont se déploient les paroles >>.

Asanga

17/03/2008

<< En chaque être existe un trésor qui n'est en aucun autre ! chacun ne le découvrira que s'il parvient à saisir ce qui, au fond de lui, émeut son être en ce qu'il a de plus sensible. >>

Colette Poggi

27/03/2008

<< Le yoga, ce n'est pas atteindre le but, c'est enlever les obstacles. Nous avons des possibilités mais il faut les actualiser en installant le "voyant" au-dedans de soi. >>

Alyette Degraces

31/03/2008

<< Prenez soin de votre corps mais n'en devenez pas esclave. Si vous pensez constamment à son bien être, vous ressemblez à l'avare qui pense sans cesse à son argent. >>

Shri Meher Baba (*)

14/04/2008

<< Le Yoga nous apprend a exister pour être et non paraître pour exister. >>

Swami Sivananda (*)

28/04/2008

<< La vie est un mystère, la méditation nous aide a l'appréhender et a découvrir notre vraie nature. >>

Shri Mahesh (*)

05/05/2008

<< Lorsqu'on rencontre les gens, les gens nous rencontrent. >>

<< Le yoga est une confrontation avec sa propre matière. >>

<< La Conscience est antérieure à la prise de Conscience. >>

<< Ne pas se sous-estimer ni se surestimer, juste s'estimer. >>

Shri Mahesh (*)

15/05/2008

<< Abandonnez toute idée de vouloir définir la vie et la vérité et tournez-vous vers l'infini indéfinissable. Le fini ne peut exprimer l'indéfini. >>

"La voie du non attachement"

Dhiravamsa

26/05/2008

<< La méditation est un retournement en soi, pour une compréhension élargie de soi.
La méditation est une insertion de soi dans le monde et une intégration du monde en soi. >>

02/06/2008

<< Le mouvement doit devenir un point d'appui ! quelque chose qui me dérange. Je m'en sers pour avancer. >>

Chankara

23/06/2008

Notes sur les auteurs des Phrases

Aurobindo (sri) (15 août 1872 à Calcutta – 5 décembre 1950 à Pondichéry) est un des fondateurs principaux du mouvement militant indépendantiste indien, un philosophe, poète et écrivain spiritualiste. Il a développé une approche nouvelle du yoga, le yoga intégral.

Sri Aurobindo confie la responsabilité de l'Ashram à la Mère: une française, Mirra Alfassa née à Paris, le 21 Février 1878 et arrivée à Pondichéry en mars 1914. Après la disparition de Sri Aurobindo, la Mère poursuivit l'oeuvre commune jusqu'au 17 novembre 1973.

Aurèle (Marc) (26 avril 121 à Rome - 17 mars 180, probablement à Vindobona) est un empereur romain, ainsi qu'un philosophe stoïcien. Ses maîtres à penser furent tous des représentants du Portique; de cet héritage, il fit une philosophie pratique de la vie qu'il exposa dans son unique ouvrage « Pensées pour moi-même >>.

Curie (Marie) (née **Maria Skłodowska** en Pologne le 7 novembre 1867 et décédée en France le 4 juillet 1934) était une physicienne polonaise naturalisée française. Elle obtient en 1903 le prix Nobel de physique avec son mari Pierre Curie et Henri Becquerel, pour ses travaux sur la radioactivité. Elle obtient son second Prix Nobel, cette fois-ci en chimie en 1911 pour ses travaux sur le polonium et le radium. Elle est la seule femme à avoir reçu deux prix Nobel. Elle est également la première femme lauréate en 1903, avec son mari, de la Médaille Davy pour ses travaux sur le radium.

Davy (Marie-Madeleine) (née le 13 septembre 193 à Saint-Mandé, morte en novembre 1999).

Docteur en philosophie et en théologie, a eu une vie de chercheur universitaire au CNRS, où comme spécialiste du latin médiéval, elle a traduit les textes des mystiques du douzième siècle et publié sur la symbolique romane.

Puis à l'âge de la retraite, elle a eu une seconde vie de conférencière parlant de la vie intérieure et développant les principaux thèmes de la spiritualité et de la mystique avec une éloquence remarquable.

Esprit indépendant et non conventionnel, elle publia plus de cinquante livres et cent articles, elle participa avec enthousiasme à notre époque de mutations et de métamorphoses.

Sur sa pierre tombale, seule cette inscription a été gravée : "Sois heureux, passant !"

Degraces (Alyette) Le livre des Yogasutra constitue le texte fondateur du yoga, Nous devons à Alyette Degrâces une traduction de cet ouvrage, parue en 2004.

Gandhi (Mohandas Karamchand) (né à Porbandar, Goujerat le 2 octobre 1869, mort à Delhi le 30 janvier 1948), était un dirigeant politique, guide spirituel important de l'Inde et du mouvement pour l'indépendance de ce pays. Il est communément connu et appelé en Inde et dans le monde comme **Mahatma Gandhi** (du sanskrit, *Mahatma: grande âme*), voire simplement **Gandhi** ou **Bapu** (*Père* dans beaucoup de langues de l'Inde).

Gibran (Khalil) (né à Bcharré (Liban) le 6 janvier 1883, mort à New York le 10 avril 1931).

Peintre, poète, philosophe libanais. En 1923 publication de son œuvre: *Le Prophète*.

Iyengar (Bks) (né le 14 décembre 1918 à Bellur ,Inde)

Mondialement respecté, il vit à Pune, dans le sud de l'Inde, où il a fondé son école, le Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute (R.I.M.Y.I.) Il est considéré comme une légende vivante grâce à la manière unique dont il a enseigné les Yoga Sutras, Élève de Sri Tirumalai Krishnamacharya, dans la tradition du Hatha Yoga, B.K.S. Iyengar insiste particulièrement sur la pratique des Asanas - les postures de yoga - et du Pranayama - la respiration yogique. Son enseignement est mis en pratique dans le monde entier par des professeurs certifiés.

Krishnamurti (Jiddu) (né à Madanapalle (Andhra Pradesh) le 12 mai 1895 et mort à Ojai

(Californie) le 17 février 1986), est un philosophe et éducateur d'origine indienne. Sa pensée était fondée sur la compréhension qu'un changement fondamental dans la société ne pouvait, selon lui, émerger que d'un bouleversement radical dans l'individu, puisque la société est le produit des actions réciproques de ses membres.

Mâ Ananda Moy (Nirmala Sundarî Devî est née dans un petit village du Bengladesh (Khéora) en avril 1896 et morte à Hardwar en 1982. En 1922, elle se donna elle-même l'initiation (*diksha*) et prit le nom religieux de Ananda Moyi, littéralement, "faite de béatitude".

Mahesh (Shri) (11 juillet 1924 – 21 août 2007)

En 1959, il a créé le CRCFI - Centre de Relations Culturelles Franco-Indien - et a ensuite contribué à structurer l'enseignement du yoga en France : en 1969 avec la création de la FFHY - Fédération française de Hatha Yoga - et en 1981 avec celle de l'EIDYT - Ecole Internationale Du Yoga Traditionnel, qui est consacrée à la formation pratique et théorique de professeurs de yoga.

Montaigne (Michel Equyem de) (né à Château de Montaigne le 28 février 1533 et mort à Bordeaux le 13 septembre 1592), il rédige « Les Essais » ; monument dans la littérature française, une somme de sa pensée, de ses expériences et de ses considérations sur le monde.

Pascal (Blaise) (né le 19 juin 1623 à Clermont (Auvergne) – mort le 19 août 1662 à Paris). Il est un mathématicien et physicien, philosophe, moraliste et théologien français.

Après une expérience mystique à la fin de 1654, il délaisse les mathématiques et la physique et se consacre à la réflexion philosophique et religieuse. Il écrit pendant cette période les *Provinciales* et les *Pensées*.

Patanjali est l'auteur réel ou mythique de la codification du Yogadarsana sous une forme écrite concise, le Yoga Sutra. Son existence est située entre 250 av. JC et 400 après JC.

Patanjali a souvent été appelé le fondateur du Yoga, mais en réalité le yoga dépasse l'œuvre de Patanjali.

Platon (428/427 av J.C. - 347/346 av J.C.) est un philosophe grec. Il est généralement considéré comme l'un des premiers et des plus grands philosophes occidentaux, sinon comme l'inventeur de la philosophie. Son œuvre est d'une grande richesse de style et de contenu, et contient, sur nombre de sujets, les premières formulations classiques des problèmes majeurs de l'histoire de la philosophie occidentale.

Umananda (Swamini) disciple de Swami Chinmayananda, dirige et anime la Chinmaya Mission France créée en 1992. Elle diffuse l'enseignement du Vedânta au sein de la Chinmaya Mission France et aussi à l'étranger.

Vivekananda (né le 12 janvier 1863 à Calcutta – mort le 04 juillet 1902 à Belur Math près de Calcutta). Pour lui, le yoga est une science de l'esprit qui complète ce que l'occident apporte sur le plan des sciences physiques. Cette science de l'esprit n'a pas pour but la fuite du monde. Elle permet, comme la physique, d'accroître le pouvoir de l'homme sur l'univers. Elle est une puissance, une force de transformation.

Sa mission principale a été de faire connaître l'hindouisme à l'occident, tout en prêchant la religion unique, chère à son Maître Râmakrishna, et de proposer le progrès social à son pays.

Shankara (Adi) ou **Sankara** parfois appelé **Adi Shankarâchârya** (né en 788 à Kalady en Inde – mort en 820 ??? à Kédarnath en Inde).

Il est considéré comme l'un des plus grands maîtres spirituels de l'hindouisme, philosophe, réformateur, et commentateur le plus connu des textes liés au Vedânta et des Upanishad principales. Ce brahmane a entrepris, sans quitter une vie d'ascète, de « réformer » l'hindouisme, c'est-à-dire de revenir à ce qui en est, selon lui, à la source de la tradition philosophique hindoue.